

# 全ての生徒に学ぶ喜びを

全ての生徒が学習しやすい教科書を目指して

## 見やすいレイアウト

誰もが安心して学習に取り組むことができるように、始めの活動やまとめの活動の位置を固定したり、実習例のページのデザインを統一したりしています。特に実習例は、左開きの製本に適した、左から右に流れる横の流れで統一しています。

現行本と同じAB判を採用し、写真や横の流れが見やすく分かりやすいようレイアウトしています。

キャラクターのせりふは、読みやすさに配慮して文節改行にしました。

小口のツメは、検索性を高めます。

### 1 食事の役割と中学生の栄養の特徴

#### 1 どうして食事をするのだろう

【キーワード】  
 食事の役割  
 朝食

【目標】 生活の中で食事が果たす役割について理解できる。

話し合ってみよう  
 なぜ、私たちは食事をするのでしょうか。食事をする理由を考えながら、食事の役割について話し合ってみよう。

いろいろなおいしいものを食べたいから。  
 身長を伸ばしたいから。  
 元気が出るから。  
 みんなで食べると楽しいから。

【食事の役割】  
 食事の役割は、私たちが成長し、健康に暮らしていくうえで、とても大切な役割を果たしています。栄養的にバランスの良い食事は、体をづくり、活動のエネルギーになる、楽しみとなる、触れ合いの場となる、文化を伝える、体をつくる。

【朝食を食べよう】  
 あなたは、朝食を毎日食べていますか。朝食は英語で breakfast、朝食をやめて1日の活動をスタートするという意味があります。朝食には、睡眠中に低下した体温を上昇させ、午前中の活動に必要なエネルギーを補給するという役割があります。また、朝食を食べるときに、味覚、嗅覚、視覚などのさまざまな感覚が刺激されることで、休んでいた体が活動する状態へと切り替わります。朝食を早く、活動力や集中力が低下して、午前中の学習や運動に影響を及ぼします。また、1日に朝食と夕食の2食しか食べないと、栄養不足による体調不良の原因にもなります。小学生、中学生、高校生と年齢が上がるにつれて、朝食を早く人が増えるという課題も指摘されています。しっかり朝食を食べる習慣を身に付け、元気に1日を始めましょう。また、朝食の調理や食卓の準備にも積極的に関わりましょう。

【朝食と健康状態(体の調子)の関係】  
 【質問】 朝なかなか起きられず、午前中、体の調子が悪いと感じることがありますか。(小中学生 10,361人の回答)

	しばしば	ときどき	たまに	ない
朝食を必ず毎日食べる	12.9	30.9	50.6	5.7
1週間に2~3日食べないことがある	13.4	21.8	36.0	28.8
1週間に4~5日食べないことがある	26.7	17.8	28.7	26.7
ほとんど食べない	21.4	17.7	25.9	35.0

【まとめよう】 食事の役割を挙げ、これからの食生活で特に大切にしたいことを考えましょう。

▲基本ページ p.22-23

読みやすい書体  
—ユニバーサルデザインフォント—  
書体は判別しやすく、読み間違えないように開発されたユニバーサルデザインフォント(UD書体)を採用しています。

多様な生徒の学習を保障するため、教育漢字以外の漢字には全てふり仮名を付しました。ふり仮名には、特別支援教育で推奨されている丸ゴシック体を用いています。

カラーバリアフリーの観点から、配色とデザインについても検討しています。色情報以外の模様や数字、記号でも識別ができるようにしました。

特別支援教育の観点から、内容及びデザインについて検討するとともに、専門家による校閲を受けています。全ての生徒にとって認識がしやすいように、文字の書体、図版やイラストのレイアウトなどにも配慮しました。

## カラーユニバーサルデザイン

色覚特性を研究されている専門家に依頼し、全ての生徒の色覚特性に適應できるようにデザインしています。



## プライバシーや人権上の配慮

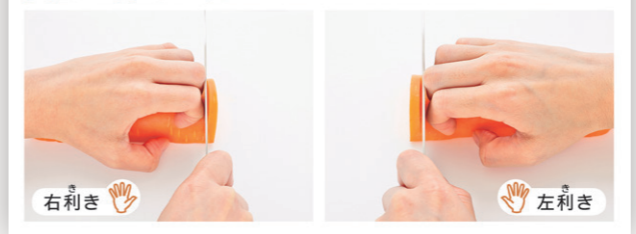
生徒のプライバシーに関わる問題には深く踏み込みすぎないように十分に配慮し、生徒一人一人とその家族が、かけがえない存在であることが伝わるように編集しました。



## 右利き、左利きへの対応

右利きと左利きに対応しているほか、生徒の手や体の巧緻性の発達に配慮し、写真やイラストを豊富に用いて解説しました。

### 食品の押しえ方



▲いつも確かめよう p.58

## 共生への配慮

男女共同参画社会や多様性など、共生の視点を重視し、随所に取り入れています。性別や世代を超えて、共に生活している場面を豊富に掲載しました。p.266の資料「自分らしく生きる—多様な生き方—」では、多様な生き方についてのコラムを掲載しています。

また、共生の視点から、全ての人のために安全・安心に利用しやすくするために考えられている、身近なユニバーサルデザインを取り上げました。

### 身の回りのユニバーサルデザイン

### 社会の中のユニバーサルデザイン

【画びょう】  
針が直接手に触れることがない、安全な画びょう。落としても針が上を向かない。

【駅の改札】  
幅の広い改札機。

▲ユニバーサルデザイン p.284-285

## 造本上の工夫

環境に配慮した再生紙・植物油インキを用いました。本文用紙は、食品の写真などが鮮やかに、人物の写真などがあたたかみを帯びるような色味で表現できます。長期の使用に耐えるよう、製本は堅牢です。

## 用紙の軽量化への取り組み

裏うつりしにくく軽量の紙を開発し(従来比約3%減)、使用しました。重量による身体的負担の軽減に努めています。